

Loditasunaren gizarte-irudikapenak eta emozioak gazteengan

Nahia Idoiaga Mondragon eta Maitane Belasko-Txertudi
Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU)

Ikerketa honek helburu du aztertzea nola ulertzen den loditasuna unibertsitateko ikasle gazteen ikuspuntutik. Bereziki loditasunaren eraikuntza kolektiboan emozioek duten garrantzia eta gazteek berek loditasunarekin duten harremana ikertuaz. Horretarako, asoziazio askeko ariketa bat burutu genuen 200 unibertsitate-ikasleren artean eta emaitzak Alceste softwarearen bidez aztertu ziren. Emaitzek adierazi zuten gazteek loditasuna osasun-arazo bezala deskribatzen zutela lehenik, baina deskribapen horrek ez zeukala karga emozionalik berari lotua. Bigarrenik, loditasuna arazo estetiko eta gizarte-bazterketaren iturri gisa ere deskribatzen zen eta, faktore horri hertsiki lotua, karga emozional negatibo nabarmena ageri zen; besteak beste, bakardade, herstura, tristura, segurtasun falta, lotsa, pena edota haserre emozioak plazaratzen zituzten gazteek. Bukatzeko, loditasuna gizarte-ikuspuntu honetatik lantzetik eratorritako ondorioak eta osasunaren eraikuntza positiboago baterako premisak eztabaidatu dira.

GAKO-HITZAK: Emozioak · Gizarte-irudikapenak · Loditasuna · Osasunaren Psikologia.

Fatness social representations and emotions in youth

This paper analyzes how youth understand fatness. In order to do this, our study investigates the importance of the emotions in the collective construction of the fatness and the relation that the young people have with it. A free association exercise elicited by the word «fatness» was answered by 200 university students and the content was analysed using Alceste software for lexical analysis. Firstly, the results showed that the health related representation of fatness was mostly descriptive and not emotional. But fatness was also thoroughly represented as an aesthetic issue linked with social marginalization and highly correlated with negative emotions such as lonesomeness, anxiety, sadness, insecurity, embarrassment, pity or anger. In addition, the implications of the social representation of fatness and emotional responses to it, as well as their importance in the way that this health issue is faced, are considered.

KEY WORDS: Emotions · Social Representations · Fatness · Health Psychology.

<https://doi.org/10.26876/uztaro.104.2018.2>

Jasotze data: 2017-03-03

Onartze data: 2017-05-155

1. Sarrera

XXI. mendeko gizartearen osasun-erronka nagusietariko bat biztanlearen gizen-tasun-indize altua da. Izan ere, obesitatea osasun-arazo garrantzitsua ari da bihurtzen, bereziki Mendebaldeko herrialdeetan. Beraz, ulergarria da loditasuna osasun-kontuetan gehien arduratzen gaituen arazoaren artean egotea eta kezka horrek osasun-arloko beste hainbat faktorek baino indar nabarmenagoa hartzea gazteriaren artean. Ikerketa honek loditasuna unibertsitateko ikaslearen eguneroko pentsamendutik nola ulertzen den aztertu nahi du, bereziki, gai honen ikuspuntu emozionala eta soziala landuz.

Ikerketa honek loditasuna eguneroko pentsamenduan nola ulertzen den aztertu nahi du eta, horretarako, haren gizarte-irudikapenak aztertuko ditu. Gizarte Irudikapenen Teorian errotuaz, esan genezake, gertaera edo arazo konkretu baten ulerkuntza zientifikotik haratago (gure kasuan, obesitatea eremu mediko-zientifikotik ulertzetik kanpo), pertsonen ideia berdinak eraikitzen eta partekatzen dituztela gizarte-irudikapenen bidez. Horrenbestez, gertaera edo arazo bakoitzaren gizarte-irudikapena gertaera historiko eta sinbolo garaikideek erabakiko dute, mehatxua familiarizatu eta egunerokotasuneko pentsamendu bihurtuz (Moscovici, 1984; Moscovici eta Duveen, 2000).

Loditasuna, gizarte-irudikapenen ikuspuntutik landu duten hainbat ikerketak plazaratu duten bezala, alde batetik, pertsonen loditasuna bereziki elikadura kaxkarrarekin eta bizitza sedentarioarekin lotzen den osasun-arazo gisa ulertzen dute (Collipal eta Godoy, 2015). Bestalde, ordea, loditasuna maila estetikoan ere irudikatu izan da, non polita eta lodia kontrajarritako termino gisa eraikitzen diren, loditasunak pertsonen erakargarritasuna gutxitzen duela uste izanaz (Malterud eta Ulriksen, 2010). Estetikarekin edo itxurarekin lotutako arazoaren ulerkuntza horrek berebiziko eragina du pertsona gazteen artean, zeintzuentzat norbere itxurak eta gogoko dituzten arropetan eroso sartzeak edo ez sartzeak lodi sentitzea edo ez sentitzea erabakitzen duen (Stenzel, Saha eta Guareschi, 2006; Trautmann, Lokken-Worthy eta Lokken, 2007).

Loditasuna edo pisua bera gizarte-irudikapenen ikuspuntutik landu izanaz gain, elkarrekintza sozialen ikuspuntutik ere landu izan da talde-partaidetza edo bazterketarako iturri gisa hautemanaz (Stenzel, Saha eta Guareschi, 2006). Izan ere, loditasuna sarri pertsonen arteko elkarrekintzetan edota harremanetan *statu quo* gisa ikusia izan da (Vartanian eta Silverstein, 2013) eta pertsona gizenek beren bizitzako eremu anitzetan bazterketa jasan ahal izan dute, besteak beste, hezkuntza-testuinguruetan, lan-munduan, osasun-zerbitzuetan bai eta harreman afektibo sexualetan ere (Puhl eta Brownell, 2001). Beraz, loditasunari beldurra diote egungo gizarteko gazteek (Windram-Geddes, 2013), loditasunak jasotako ebaluazio eta gainkarga negatiboa norbere larruan bizitzeari beldurra, eta horrek haien jokabidea ere erabaki dezake (Vartanian, 2010a; Windram-Geddes, 2013).

Gizarte Irudikapenen Teoriak testuinguru emozionalak pentsamendu emozionalan duen berebiziko garrantzia azpimarratzen du, baita gertaerak edo arazoak esanguratsu eta ulerkor bihurtzeko duen indarra ere (Hojjer, 2011; Smith eta

Joffe, 2012). Gizarte Irudikapenen Teoriaren aburuz, emozioek ez dute kognizioa distortsionatzen, biak baitira erantzunaren aldagai anizkoitzak osasun-arazoei aurre egiterakoan (Höjjer, 2011; Joffe, 2003).

Loditasunaren eta emozioen arteko lotura aztertu duten ikerketek arreta jarri dute nagusiki gizentasuna auresan dezaketen emozioetan (Canetti, Bachar eta Berry, 2002; Edman *et al.* 2007; Ganley, 1989; Ozier, *et al.*, 2008) edo jate emozionalean (Arnou, Kenardy eta Agras, 1995; Gellibert eta Aversa, 2003; Levitan eta Davis, 2010). Aitzitik, ikerketa gutxiago daude loditasunak sorrarazitako erantzun emozionalen inguruan. Iker-arlo horretako lanek loditasuna herostura, depresioa, lotsa edo diskriminazioa bezalako emozioekin lotua izan dela jakitera eman dute (Collipa eta Godoy, 2015). Gainera, emozio negatiboek pertsona gizenekiko aurreiritzia eta diskriminazioa auresaten dituzte (Vartanian, 2010b; Vartanian, Trewartha eta Vanman, 2016). Horrez gain, pertsona lodiak itsusi eta triste bezala ere antzemanak izan dira (Malterud eta Ulriksen, 2010).

Euskal Autonomia Erkidegoaren testuinguruari dagokionez, EAEko Osasun Inkestak (EAEOI) biztanleriaren loditasunari buruzko zenbait datu eskaintzen dizkigu. Izan ere, EAEOI Euskadiko osasunari buruzko informazio-sistemaren funtsezko parte da; EAEko osasun-politikei buruzko erabakiak hartzera bultzatzen du eta horretarako informazioa ematen du. 2013an burututako azken EAEOIren arabera (Esnaola *et al.*, 2014), biztanleria orokorra, hau da, adin-tarte guztiak kontuan hartuz, EAEko biztanleriaren % 51,8k gehiegizko pisua du (gorputz-masaren indizea >25) eta biztanleriaren % 47,2k pisua galdu nahiko luke. Emaiza horiek goitik behera aldatzen dira pertsona gazteen artean; izan ere, 18-26 urte bitarteko adin-tartean % 17,1ek du gehiegizko pisua, baina % 30,9k pisua galdu nahiko luke. Emaizok iradokitzen dute loditasuna gazteriaren gizarte-irudikapenen artean bereziki gai garrantzitsua dela.

2. Helburu eta hipotesiak

Ikerketa honen helburu nagusia da aztertzea nola bizi duten unibertsitateko ikasleek loditasuna beren eguneroko bizitzan. Horretarako bi azpi-helburu plazaratzen ditugu. Hasteko, gazteek loditasuna nola ulertzen duten aztertzea, bereziki loditasunari buruzko gizarte-irudikapen horiek haiengan duten eragin emozionala azpimarratuaz. Bigarrenik, gazteek loditasunarekin duten harremana aztertu nahi dugu, betiere, loditasuna eraikuntza sozial gisa aztertuaz.

Aipaturiko helburuak erdiesteko, beraz, bi hipotesi nagusitan sustraituko dugu gure lana. Hasteko, lehenengo hipotesia gazteek loditasunari buruz eraikitako gizarte-irudikapenetan oinarrituko dugu, horien karga emozionalean fokuratuaz. Izan ere, loditasuna bizitza sedentarioak eta elikadura kaxkarrak sortutako osasun-arazo gisa irudikatuko dutela uste dugu. Baina eremu mediko-zientifikotik haratago, gazteek loditasuna arazo estetiko gisa ere irudikatzea espero dugu, itsusitasunarekin lotuta. Gainera irudikapen horietako bakoitzari lotuta, unibertsitateko ikasleek karga emozional ezberdina azaltzea ere espero dugu.

Bigarren hipotesi gisa, eta unibertsitateko ikasleek loditasunarekin duten harremanari dagokionez, gazteek loditasuna lehen pertsonan bizitzeari beldur berezia diotela plazaratzen dugu orain arte burututako ikerketetan errotuaz (Vartanian, 2010a; Windram-Geddes, 2013).

3. Metodoa

3.1. Lagina

Ikerketa honetan berrehun gaztek hartu dute parte. Institutuko ikasketak burututa zeuzkaten gazteak bildu nahi izan ziren. Horretarako, EAEn errolatutako unibertsitateko lehenengo kurtsoko lehenengo lauhileko ikasleak hautatu ziren. Ikasleak Psikologia (% 40), Haur Hezkuntza (% 31,5) eta Lehen Hezkuntza (% 28,5) graduetan zeuden matrikulatuta. Zentroari dagokionez, Euskal Herriko Unibertsitateko (UPV/EHU) (% 65), Mondragon Unibertsitateko (% 25) eta Deustuko Unibertsitateko (% 10) ikasleek osatu zuten lagina. Bukatzeko, gazteen % 61 emakumeak izan ziren eta batez besteko adina 19,89, DT = 2,22 (18-26 adin-tartea) zen.

3.2. Diseinua

Lehenik eta behin, unibertsitateko ikasle gazteek loditasuna nola ulertzen duten eta haien inguruko irudikapen partekatuak eta emozioak zeintzuk diren aztertzeke, asoziazio askea erabili dugu. Gizarte Irudikapenen Teoriatik defendatzen da talde sozialek objektu zehatz bati buruz duten irudikapena aztertzeke talde arteko (Pereira de Sa, 1996; Joffe eta Elsey, 2014) edo testuinguru konkretu bati buruzko (Wagner, 1997) asoziazio askea lanabes aproposa dela. Ariketa horretarako, honako galdera ireki hau plazaratu zitzaizen parte-hartzaileei, erantzuteke nahi beste tarte utziaz: «Zer datorkizu burura Loditasun hitza entzutean?».

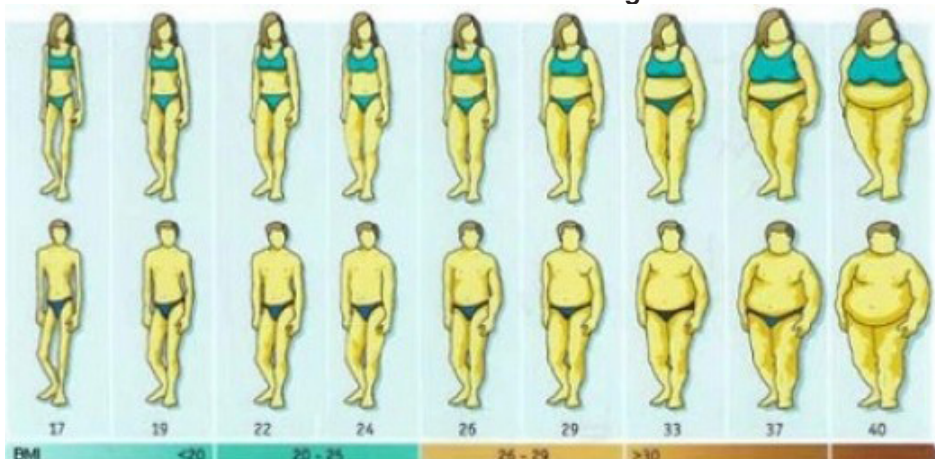
Asoziazio askeko ariketan lortutako erantzunen analisi lexikala aztertzeke Alceste softwarea erabili genuen (Reinert, 1983; 1990), ekiditeke horrela, testu-analisietan epaileen interpretazioaren subjektibotasunari egotzi ohi zaizkion fidagarritasun- eta baliozkotasun-arazoak (Klein eta Likata, 2003, Reinert, 1996). Software horren helburu nagusia testu bat kuantifikatu eta haren egitura garrantzitsuenak azaleratzea da, horrela, testu-datuetakoa informazio oinarrizkoena baliatuz. Egitura horiek hitzek testuan duten banaketarekin zuzenki lotuta daudela frogatu da (Reinert, 1996), banaketa hori ia inoiz zorizkoa ez delarik. Deskribatzea, sailkatzea, asimilatzea edota testu bat automatikoki sintetizatzea dira Alcesteren interes nagusiak. Gainera, frogatuta dago asoziazio askea eta analisi lexikala uztartzea gizarte-irudikapenak aztertzeke bidezko era dela (Lahlou, 1996), lortutako emaitzak bat baitatoz alor honetako ikerketa klasikoekin.

Bigarrenik, loditasunarekiko gazteek duten harremana ezagutzeko asmoz zenbait galdera aurkeztu genizkien parte-hartzaileei. Lehenengo galde-sortan emakume eta gizonen gorpuzkera desberdinak aurkeztu zitzaizkien (ikus 1. irudia). Gorpuzkera bakoitza gorputz-masaren indize (GMI) konkretu bati dagokio 17tik 40 arte. Konkretuki a (GMI=17) eta b (GMI=19) irudiek gutxiegiako pisua, c (GMI=22) eta

d (GMI=24) irudiek pisu normala, e (GMI=26) eta f (GMI=28) irudiek gehiegizko pisu sotila eta g (GMI=30), h (GMI=32) eta i (GMI=33) irudiek obesitatea irudikatzen dute (ikus 1. irudia). Parte-hartzaileei beren ustez gorpuzkera horien artean zeinek galdu beharko luketen pisua aukeratzeko eskatu zitzaien (nahi beste aukera zitzaketen).

1. irudia. Lehenengo galde-sortan eginiko galdera: «Beheko pertsonen artean aukeratu pisua galdu beharko luketela iruditzen zaizkizunak».

Iturria: CalculadoralMC.org.



Bigarren galde-sortan, inkestarekin lotitasunarekin duten harremana zehaztu nahi izan genuen. Lehenik eta behin, bakoitzaren pisua eta altuera zein diren galdetu genien gorputz-masaren indizea kalkulatzeko. Jarraian, 1. taulan ikus daitezkeen galdera itxiak eta erantzun-aukerak egin genizkien.

1. taula. Bigarren galde-sortan eginiko galdera itxiak eta haien erantzun-aukerak.

Gazteek lotitasunarekin duten harremana		
1) Zure altueraren arabera, zure ustez, nolakoa da orain duzun pisua?		
a) Gehiegizkoa	b) Normala	d) Eskasa
2) Pozik al zaude zure pisuarekin ala orain duzuna baino gehiago edo gutxiago edukitzea gustatuko litzaizuke?		
a) Pisua galtzea gustatuko litzaizuke	b) Pozik nago dudana pisuarekin	d) Pisua irabaztea gustatuko litzaizuke

Bukatzeko aipatu beharra dago galde-sortak euskaraz eta gaztelaniaz pasa zirela. Asoziazio askeko ariketa euskaraz erantzun zuten parte-hartzaileen kasuan, haien erantzuna gaztelaniara itzuli zen trebatutako bi itzultzaileen adostasunarekin. Izan ere, Alceste softwareak ez du euskaraz idatzitako testurik prozesatzen.

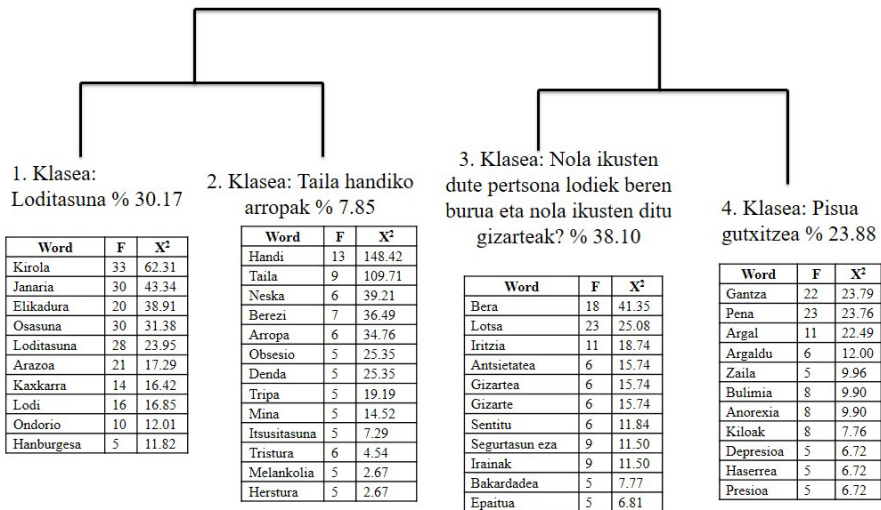
4. Emaizak

Emaizten atala bi azpiataletan antolatu dugu. Lehenik eta behin, asoziazio askeko ariketatik eratorritako emaitzak aztertuko ditugu: loditasunari buruzko gizarte-irudikapenak eta haiei lotutako emozioak, hain zuzen ere. Bigarrenik, gure galde-sortatik eratorritako loditasunarekiko harremanari buruzko emaitzak plazaratuko ditugu.

4.1. Loditasunari buruzko gizarte-irudikapenak

Asoziazio asketik eratorritako erantzunak Alceste softwarearen bidez aztertu genituen. Corpusak guztira 11.752 hitz izan zituen, non 1.707 hitz bakarrak izan ziren. Analisi hierarkiko beherakorrak corpusa 333 ECUtan banatu zuen, 4 klase eratorri ziren bakoitzeko hitzik esanguratsuenekin 2. irudian ikus daitekeen bezala. Alcesterekin burututako beste ikerketa batzuetan bezala (Vizeu eta Bousfield, 2009), klase bakoitzeko hitz garrantzitsuenak hiru irizpideren bidez sailkatu ziren: 1) Hitzaren errepikakortasunaren maiztasuna klasean bertan 5 baino handiagoa izatea; 2) Khi karratuaren asoziazio-probaren balioa klasearekiko $X^2 \geq 3.89$ [$p = .05$]; $df = 1$ baino handiagoa izatea; eta 3) hitz horren % 50 edo gehiago klase horri egoki izana.

2. irudia. Asoziazio askeko cluster analisi beherakorreko dendograma, maiztasun handieneko hitzekin eta asoziazio-indize handiena duten hitzekin $X^2 (1), p < 0,001$. Hitz guztiek klasean duten maiztasuna $f > \% 50$ da.



Iturria: Lanketa propioa.

Emaiztek 2 cluster nagusi daudela utzi dute agerian. Lehenengo cluster nagusiak loditasuna zer den eta lodia nor den definitzen du (1. eta 2. klaseak barneratzen ditu). Bigarren cluster nagusia, berriz, pertsona lodiekiko eta haien jokaerekiko usteez osatua dago (3. eta 4. klaseak hartzen ditu barne).

Cluster analisiaren banaketari jarraiki, lehenengo cluster nagusiko 1. klasea «Loditasuna» dugu (% 30,17). Lehenengo klase hau bereziki deskribatzailea da, loditasuna bizitzan oztopo bihur daitekeen osasun-arazo garrantzitsu gisa definitzen du, ondorengo adibideetan ikus dezakegun bezala (esaldia esandako pertsonaren sexua, GMIaren araberrako pisua eta esaldiaren esanguratsutasuna khi karratu indizearen bidez adierazten dira): «Osasun-egoera kaxkarraren sinonimo da eta arazo larria bihur daiteke. Kasu gehienetan pena bat da, lodiek ez baitute gaitasun fisikorik bizitzaz gozatzeko» (Gizona, pisu normala; $X^2(1) = 31$). Horrez gain, klase honetako ideiek elikadura kaxkarra eta bizitza sedentarioa loditasunaren sorburu nagusi gisa definitzen dituzte: «Janari gehiegi jateagatik eta kirolik ez egiteagatik sortzen da loditasuna. Izan ere, batzuetan osasun-arrazoiengatik pisua galdu behar duzula konturatu behar zara. Lodi egotea ez da osasuntsua eta osasuntsu egoteko ezinbestekoa da osasuntsu jatea eta kirola praktikatzeko» (Emakumea, pisu normala; $X^2(1) = 19$); «Loditasuna obesitate bihurtzean osasun-arazoak sor ditzake. Hainbat kasutan horren kausak elikadura kaxkarra edo osasuntsua ez den janari gehiegi jatea izaten dira» (Emakumea, pisu normala; $X^2(1) = 31$). Hasieran esan bezala, klase hau bereziki deskribatzailea izan zen, ez zen karga emozionaldun hitzekin loturarik aurkitu.

Lehenengo klasearekin lotuta, bigarrena, «Taila handiko arropak» (% 7,85) ageri da, loditasunaren ondorioetako bat norbera ongi sentitzeko arropak aurkitzeko zailtasuna dela azpimarratuz. Ondorioz, arropa-neurri estandarrean eroso sartzen ez diren pertsonak gizen bezala definituak dira. Hau da, klase honek argudiatzen du pertsona lodiek zailtasunak dituztela gogoko dituzten arropak aurkitzeko orduan: «Nazkatuta nago lagunekin erosketetan joateaz eta gure gorputzak sar ezin daitezkeen arropak besterik ez aurkitzeaz! Gizarte homogeneo bat nahi dugu, guztiok taila gutxi batzuetan sartzen garen gizartea!» (Emakumea, pisu normala; $X^2(1) = 31$). Gainera zenbait parte-hartzailek argudiatu dute arropa estandar horietan eroso ez sartzeak daramatzala lodi daudela sentitzera: «Niri gehien eragiten didana zera da, ni eta nire lagunak lodi sentitzen gara dendetako arropa-tailak geroz eta txikiagoak direlako. Beraz beti taila handiagoak hartu behar ditugu. Nire kide askok taila handiko arropak erabili behar dituzte eta gaiak pentsatze edo hitz egite hutsak oso gaizki sentiarazten gaitu» (Emakumea, pisu normala; $X^2(1) = 28$). Bigarren klase honekin bukatzeko, ondorengo hitz emozionalekin lotuta ageri da emaitzetan: mina ($F= 5$; $X^2= 14,52$), tristura ($F= 6$; $X^2= 4,54$), melankolia ($F= 5$; $X^2= 2,67$) eta herstura ($F= 5$; $X^2= 2,67$), baita obsesioa ($F= 5$; $X^2= 25,35$) edo itsusitasuna ($F= 5$; $X^2= 7,29$) bezalako karga negatibo sakoneko hitzekin ere .

Bigarren cluster nagusiak, berriz, lotura handiagoa du pertsona lodiak hautematen diren erarekin eta haien jokabidea nolakoa den erabakitzen duten usteekin. Hirugarren klaseak «Nola ikusten dute pertsona lodiek beren burua eta nola ikusten ditu gizarteak?» (% 28,10), bi ideia jorratzen ditu. Lehenik pertsona lodien (edo bederen lodi sentitzen diren pertsonen) erantzunak dauzkagu, beren buruak nola hautematen dituzten eta lodi egoteak nola sentiarazten dituen deskribatuz: «Neure buruan konfiantza falta izugarria daukat. Segurtasun falta. Lodi egoteak benetako mina ematen dit eta txarto sentitzen naiz. Nire irudi fisikoak benetako lotsa sorrarazten dit eta konplexuz beteta nago. Honek guztiak triste biziartzten nau» (Emakumea,

pisu normala; $X^2(1) = 29$); «Jendeak begiraten nauela sentitzen dut eta sarritan iraintzen naute, beraz neure burua geroz eta baztertuago ikusten dut. Irainek eta segurtasun faltak nire autoestimua gutxitua dute eta ez nago eroso nire gorputzean. Nik ez badut neure burua maite, nork maiteko nau? Tristeia da pisua irabazteagatik horrelako sentimendu eta emozioak edukitzea, baina ezin dut beste ezer sentitu» (Emakumea, gehiegizko pisu sotila; $X^2(1) = 24$). Bigarrenik, klase honetan hainbat adibide daude loditasuna arazo sozialtzat deskribatzen dutenak edo gizarteak gutxiesten duen arazotzat: «Jendeak barregarria bazina bezala begiraten zaitu eta sarritan gauza iraingarriak esaten dizkizute. Lotsatuta sentitzen naiz. Hau da lodiak txarto ikusita daude gure gizartean, gutxiago balira bezala» (Gizonezkoa, gehiegizko pisu sotila; $X^2(1) = 27$); «Gaur egungo gizartean, gizarte-presio nabarmena dago pertsona lodiekiko, bereziki emakume lodiekiko. Emakume lodia bazara gizarteak baztertu egingo zaitu. Nik nire bizitza guztian zehar gehiegizko pisua izan dut eta beti baztertu izan naute era zuzenean edo zeharka. Gainera, gizarte-presio horrek gaixotasun fisiko naiz mentalak sortzen ditu, garen bezalakoak izateagatik zigortzen baikaitu» (Emakumea, pisu normala; $X^2(1) = 27$); «Lodifobia. Lodi egoteak ez du esan nahi obesitate-arazo bat duzunik, itxurakeriaren edo estetikaren presioa da gehiago. Izan ere, gizenak beti izan dira gizartearen bufoi. Osasun-arazorik ez duten pertsona gizenek ere irain eta komentario zitalak jasan behar dituzte. Gainera guztiok gaude lodi gaur egungo canon-ei jarraituz gero» (Emakumea, pisu normala; $X^2(1) = 24$); «Lotsagarria da gizarteak loditasunarekiko duen jarrera negatiboa! Horren eragile nagusiak komunikabideak dira, lodien kontrako ideiak zabaltzen baitituzte. Ondorioz, lodiak beren gorputz propioaz lotsatzen dira» (Gizona, pisu normala; $X^2(1) = 24$). Klase honekin lotuta agertu ziren hitz emozionalak antsietatea ($F=6$; $X^2= 15,74$), sentimenduak ($F=6$; $X^2= 11,84$), segurtasun eza ($F=9$; $X^2= 11,50$), bakardadea ($F=5$; $X^2= 7,77$) eta baztertua ($F=5$; $X^2= 6,81$) izan ziren.

Azkenik «Pisua gutxitzea» laugarren klasea dugu (% 23,88) bigarren cluster-ari lotuta. Klase honetan pertsona lodiek une oro pisua gutxitzeko jasaten duten presioa nabarmentzen da, presio hori gure gizarteko lobby garrantzitsu gisa aurkezten delarik: «Jateak eta pisua irabazteak beldurra ematen dit. Beti nabil pisua gutxitu nahian eta hau tortura bat da. Argala izan nahiko nuke, kriston inbidia diet inongo esfortzurik gabe argalak diren neskei. Zergatik izan behar naiz ni lodia?» (Emakumea, gehiegizko pisu sotila; $X^2(1) = 16$); «Pertsona lodiek pisua gutxitu behar dute eta argal egon nahi dute. Izan ere, gaur egungo gizartean ez da onargarria lodi egotea eta gure dieta propioen preso gara. Gainera pisua gutxituz gero ere berriro irabazten duzu eta zoratuta bizi gara!» (Emakumea, pisu normala; $X^2(1) = 12$). Azkenik, klase honi pena ($F=23$; $X^2= 23,76$), depresioa ($F=5$; $X^2= 6,72$) eta haserrea ($F=5$; $X^2= 6,72$) hitz emozionalak lotu zaizkio.

4.2. Loditasunarekiko harremana

Gure galde-sortako bigarren zatiak unibertsitateko ikasleek loditasunarekiko zuten harremana erdietsi nahi zuen. Hasteko, gainontzekoen itxura fisikoarekiko eta pisuarekiko usteak aztertu nahian, aurkezturiko irudien artean pisua zeinek galdu beharko lukeen galdetu zitzairen. Ondorengo emaitzek adierazten dute 1. irudiko gorpuzkeretatik pisua zeintzuek galdu beharko luketen erantzun zuten partaideen

proportzioa. Ez zen ezberdintasun esanguratsurik aurkitu itemetako batean ere, partaideen sexuaren edo gorputz-masaren indizearen arabera (ikus 2. taula).

2. taula. Aipaturiko gorputz-masaren indizea duten gorpuzkerak pisua galdu beharko luketela uste duten partaideen proportzioa.

Irudia eta gorputz-masaren indizea (GMI). Pisu mota	Nesken gorpuzkerak pisua galdu behar du	Mutilen gorpuzkerak pisua galdu behar du
A Irudia. GMI=17. Gutxiegioko pisua	% 0	% 0
B Irudia. GMI=19. Gutxiegioko pisua	% 0	% 0
C Irudia. GMI=22. Pisu normala	% 0	% 0
D Irudia. GMI=24. Pisu normala	% 8	% 2
E Irudia. GMI=26. Gehiegizko pisu arina	% 16	% 14
F Irudia. GMI=29. Gehiegizko pisu arina	% 45	% 51
G Irudia. GMI=33. Obesitatea	% 77	% 81
H Irudia. GMI=37. Obesitatea	% 95	% 95
I Irudia. GMI=40. Muturreko obesitatea	% 98	% 98

Bigarrenik, norberak loditasunarekin zuen harremana aztertu zen. Horretarako, lehenik eta behin parte-hartzaileek adierazitako norberaren pisu eta altueraz baliatuz bakoitzaren GMIa kalkulatu zen. Horrela, partaideen % 7k gutxiegioko pisua, % 81ek pisu normala, % 10ek gehiegizko pisu sotila eta % 2k obesitatea zutela eratorri zen. Halere, % 29k uste zuen bere pisua gehiegizkoa zela, % 68k normala eta % 3k gutxiegiokoa (ez zen sexu arteko desberdintasun esanguratsurik hauteman $t=-1,4$; $p=.16$). Gainera % 52k pisua galdu nahiko luke, % 44 pozik zegoen bere pisuarekin eta % 4k pisua irabazi nahiko luke (ez zen sexu arteko desberdintasun esanguratsurik hauteman $t=.38$; $p=.70$). Emaitza hauek sakonago aztertuta, pisu baxua edota normala zuten parte-hartzaileen % 28,6k gehiegizko pisua zutela uste zuten (emakumeen % 30ek eta gizonezkoen % 23,1ek) eta haietarik % 50ek pisua galdu nahiko lukeela zioen (emakumeen % 51,4k eta gizonezkoen % 46,2k). Hau da, beste era batera esanda, pisua galdu nahi zutenen artean % 84,3k pisu normal edo baxua zeukan jada. Izan ere, beren pisua normalizat edo baxutzat jotzen zutenen artean ere, % 35,3k galdu nahi zuela adierazten zuen. Beraz, esanguratsua da argaltzeko nahia edo beharra (edo loditasunetik urruntzekoa) askoz nabariagoa izatea norberaren pisuari buruz galdetzean besteei buruz (aurreko ariketan irudi bidez egin den gisara) galdetzean baino. Hau da, pisu normala edo baxua duten partaideen % 50ek adierazi du argaldu nahi duela, baina pisu normala edo baxua duten irudiei buruz asko jota % 8k esan zuen argaldu beharko luketela.

5. Eztabaida

Ikerlan honetan burututako azterketen emaitzetatik hainbat oinarrizko ideia plazaratu dira unibertsitate-ikasleek loditasuna ulertzeko duten erari buruz. Izan ere, gure emaitzek loditasunaren gizarte-irudikapenen diziplinartekotasuna azpimarratu

dute. Alde batetik, norbanakoari eragiten dion gai bezala deskribatuaz, baina, bestetik, baita gai sozialtzat ere, non emozioak egunerokotasuneko eraikuntza horren giltzarri diren.

Gazteek loditasunari buruz dauzkaten gizarte-irudikapenek, lehenik eta behin, gaiari buruzko deskribapen epistemologikoa egiten dute. Aurreko ikerketetan aurkitu den gisara, loditasuna osasun-arazo gisa ulertua da, batik bat elikadura kaxkarrak eta jarduera fisikoaren faltak sortzen dutena (Collipal eta Godoy, 2015). Bereziki azpimarratzekoa da ikuspuntu horrekin ez zela erantzun emozionalik lotu, nagusiki deskriptiboa izan zelarik. Beraz, ondoriozta dezakegu loditasunaren definizio mediko-zientifikoak ez duela berebiziko karga emozionalik gai honi buruzko eguneroko pentsamenduan.

Baina definizio mediko-zientifiko hori ez da loditasuna zer den erabakitzeke gazteek duten aldaera bakarra. Aurreko ikerketetan bezala (Stenzel, Saha eta Guareschi, 2006; Trautmann, Lokken-Worthy eta Lokken, 2007), «Arropetan eroso sartzea edo ez sartzea» gazteak lodi sentitzea edo ez sentitzea erabakitzen duen faktore gakoa dela aurkitu dugu. «Arropa estandarretan eroso ez sartzeak» lodi sentitzea erabakitzen du eta itsusitasunarekin estuki loturik dago. Ondorioz, arropetan eroso sartze hori obsesio gisa deskribatzen dute gazteek eta haiengan mina, tristura, melankolia eta herstura sortzen dituela adierazten dute. Beraz, faktore estetikutik haratago, arropetan eroso sentitzea gai garrantzitsu eta erabakigarria da loditasunaren ulerkuntza eta haren ondorioak erdiesteko. Izan ere, aldagai honek maila interpersonal nabarmena du, arropa-taila estandarretan eroso sartzea sozialki onartua izateko aldagai gisa barneratzeraino (Stenzel, Saha eta Guareschi, 2006).

Izan ere, gure emaitzek frogatu dutenez, norbere burua lodi hautematean gaizki sentitzea (Jansen *et al.*, 2008) hein handi batean presio sozialarekin askoz lotuago dago norbere osasun edo norbere buruarekin eroso sentitzearekin baino. Hau da, loditasuna gizartean bazterketa-faktore gisa deskribatua dago eta, ondorioz, bakardadea edota bakardade-sentimendua behintzat sortzen du. Norbere pisua dela-eta pertsonak epaituak (eta zenbaitetan baita irainduak ere) sentitzen dira, eta horrek lotsa, antsietatea, beldurra, tristura eta segurtasun falta dakarzikie, baita autoestimuefektu negatibo zuzenak ere, haien esanen arabera. Karga emozional negatibo horren beste puntu nagusi bat argaltze-prozesuekin dago lotua, argaltzea presio sozial indartsu bezala deskribatzen baita norbanakoaren nahia edo beharra baino gehiago (Harris, Waschull eta Walters, 1990). Gainera, argaltzea estuki lotuta ageri da gaixotasunekin (hau da, depresioa edota anorexia bezalako hitzekin) eta ez bizitza osasuntsu edo elikadurarekin. Hau da, loditasuna osasun-arazo izatek oso urrun, gizentasunak karga negatibo emozional nabaria du gizarteak loditasuna bera ez onartzetik eratorrita.

Emaitzetatik ondorioztatutako gogoetekin jarraituz, gazteek loditasunarekin duten harremana ere deigarria egin zaigu. Izan ere, askoz ere zorrotzagoak izan dira norbere buruarekin gainontzekoekin baino, gehiengo batek pisua galdu nahi duela adieraziaz (nahiz eta horietako gehienek berez pisu normal edo baxua duten (% 84,3)). Gure ustez, gainontzekoen argaldu beharra galderaren erantzuna desiragarritasun sozialak zein politikoki zuzena izateak zuzenki eragin du, aurreko

asoziazio askeko ideiekin bat ez baitator gainontzekoen pisuarekiko soslai hau. Dena den, gure ikerketetan gazteek loditasunarekin duten harremanari buruz eratorritako ondorio nagusia berau lehenengo pertsonan bizitzeari dioten beldurra da (Vartanian, 2010a; Windram-Geddes, 2013), aurreko emaitzetatik ondoriozta dezakegu horren kausak gizartearen onarpen eza edo bazterketa izan daitezkeela.

Gizarte aurreratuetan geroz eta obesitate-tasa altuagoak dauzkagu, baina aldi berean, badirudi loditasunarekiko ardurara ere gorantz doala. Osasun-kanpaina publikoek lan oparoa egin izan dute krisi horri erantzun nahian, kanpaina horien baliagarritasuna ere sakonki aztertu delarik (Bauman *et al.*, 2006; Kahn *et al.*, 2002; Smith eta Bauman, 2004). Halere, argi dago zerbaitek huts egiten duela, bestela nola azal daiteke loditasunaz geroz eta gehiago arduratzen den gizartean obesitatearen neurritz kanpoko gorakada? Galdera horri erantzuteko gakoetako bat loditasunaren irudikapen emozional negatiboa izan daiteke, estigma sozialari loturik. Gure emaitzek erakutsi dutenaren arabera, gazteek loditasuna arazo emozionalki gatazkatsu bezala bizi dute, non ikasiriko babesgabetasuna ageri den (Peterson eta Seligman, 1981). Hau da, loditasunarekin loturiko lotsa edo emozio negatiboak bereziki gizarte-bazterketatik eratorriak dira eta ezin gaindituzko oztopo gisa bizi dituzte gazte askok beren bizitza-garapenerako.

Agerikoa da loditasuna gai garrantzitsua dela gazteen artean momentu honetan behintzat eta baliteke etorkizuneko belaunaldietan eragin sakona izatea. Gure emaitzek adierazi duten bezala, gai hau beldurrean oinarrituz transmititzen ari gara eta ez osasunaren eraikuntza positiboaren ikuspuntutik. Loditasuna eta, are gehiago, obesitatea osasun-gai gisa landu beharko lirateke eta ez estetika, estigmatizazio edo bakartze-iturri gisa, eta horretarako bai bizitza osasuntsua bultzatuaz baina baita gorputzaren aniztasunaren onarpena landuaz ere hasi beharko genuke.

Ikerketa honetan unibertitateko gazteen gizarte-irudikapenak landu ditugun heinean, argi dugu loditasuna osasunaren eraikuntza positibo batetik landu nahi bada berebizikoa litzatekeela lanketa hau eskola-garaitik lantzen hastea. Izan ere, eskolaren jarduerak (haur-eskolatik hasi eta institutura arte) loditasunari aurre egiteko ohitura osasuntsuak haurrengan errotzeko duen gaitasuna sobera frogatua izan da urteetan zehar (Ledford, 2003; Van Landeghem, 2003; Wolf, Cohen eta Rosenfeld, 1985). Osasunaren Psikologian oinarrituaz eskoletan bi eginbehar nagusi erdiesten dira. Alde batetik, era konstruktibista batean elikadura osasuntsuaren eta gorputz-arietaren garrantzia ikasleei helaraztea. Horren lanketa eskolaren oinarrietariko bat bilakatuz gero, ikasleengan ohitura osasuntsuak sustraitzea lortzen baita modu eraginkor eta efizientean (Pyle *et al.*, 2006; Sheslow eta Hassink, 1997). Ildo horretan gure inguruan ere azken aldian mugimendu nabariak sortu dira eskoletako elikadura-ereduak berrikusteko, adibide gisa «Gure platera gure aukera» plataforma edota Eusko Jaurlaritza zenbait ikastetxetan ezartzen ari den jantokiaren gestio propioarako programa. Bestalde, horrekin batera ezinbestekotzat ere jotzen dugu psikologian oinarrituta eskolak gorputzen aniztasunerako babesgune izatea. Hau da, eskolak berebiziko garrantzia eskaini behar die ikasle ororen errespetua bultzatuko duen giroa sortzeari, baita norbere burua den bezala maitatzen erakusteari ere (Pyle *et al.*, 2006; Williams, Holmbeck eta Greenley, 2002).

Laburbilduz, loditasunaren gizarte-irudikapena osasunaren ikuspuntutik berreraiki beharko litzateke. Gizarte bezala, ezin baitiezaiokegu gaur egungo emozioen transmisio negatiboen ereduari men egin loditasuna hautemateko orduan, egoera larritzeko baino ez baitu balioko.

6. Erreferentziak

- Arnou, B.; Kenardy, J. eta Agras, S.W. (1995): «The Emotional Eating Scale: The Development of a Measure to Assess Coping with Negative Affect by Eating», *International Journal of Eating Disorders*, **18**, 79-90.
- Bauman, A. *et al.* (2006): «Physical activity measurement – a primer for health promotion», *International Journal of Health Promotion and Education*, **13(2)**, 92-103.
- Canetti, L.; Bachar, E. eta Berry, E.M. (2002): «Food and Emotion», *Behaviour Processes*, **60(2)**, 157-164.
- Collipal, E.L. eta Godoy, M.P. (2015): «Social Representations of Obesity in Pre-University and University Youth», *International Journal of Morphology*, **33(3)**, 877-882, DOI:10.4067/S0717-95022015000300012.
- Edman, J.L. *et al.* (2007): «Negative emotion and disordered eating among obese college students», *Eating Behaviors*, **6**, 308-317, DOI:10.1016/j.eatbeh.2005.05.004.
- Esnaola, S. *et al.* (2014): *Datos relevantes de la Encuesta de Salud del País Vasco 2013*, Departamento de Salud, Servicio de Estudios e Investigación Sanitaria, Vitoria-Gasteiz.
- Ganley, R.M. (1989): «Emotion and eating in obesity: A review of the literature», *International Journal of Eating Disorders*, **8(3)**, 343-361, DOI:10.1002/1098-108X(198905).
- Geliebort, A. eta Aversa, A. (2003): «Emotional eating in overweight, normal weight, and underweight individuals», *Eating Behaviors*, **3(4)**, 341-7, DOI:10.1016/S1471-0153(02)00100-9.
- Harris, M.B.; Waschull, S. eta Walters, L. (1990): «Feeling fat: Motivations, knowledge, and attitudes of overweight women and men», *Psychological Reports*, **67**, 1.191-1.202.
- Höjjer, B. (2011): «Social Representations Theory: A new theory for media research», *Nordicom Review*, **32(2)**, 3-16.
- Jansen, W. *et al.* (2008): «Feeling fat rather than being fat may be associated with psychological well-being in young Dutch adolescents», *Journal of Adolescents Health*, **42(2)**, 128-136, DOI:10.1016/j.jadohealth.2007.07.015.
- Joffe, H. (2003): «Risk: From perception to social representation», *British Journal of Social Psychology*, **42(1)**, 55-73.
- Joffe, H. eta Elsey, J. (2014): «Free association in psychology and the grid elaboration method», *Review of General Psychology*, **18(3)**, 173-185, DOI:10.1037/gpr0000014.
- Kahn, E.B. *et al.* (2002): «The effectiveness of interventions to increase physical activity: A systematic review», *American Journal of Preventative Medicine*, **22(4G)**, 73-107.

- Klein, O. eta Licata, L. (2003): «When group representations serve social change: The speeches of Patrice Lumumba during the Congolese decolonization», *British Journal of social Psychology*, **42**, 571-593.
- Lahlou, S. (1996): «A method to extract social representations from linguistic corpora», *Japanese Journal of Experimental Social Psychology*, **35(3)**, 278-291.
- Ledford, C.H. (2003): «Obesity, adolescence», in T. Gullotta eta M. Bloom (ed.), *The encyclopedia of primary prevention and health promotion*, Kluwer/Plenum Press, New York, 750-756.
- Levitan, R.D. eta Davis, C. (2010): «Emotions and Eating Behaviour: Implications for the Current Obesity», *University of Toronto Quarterly*, **79(2)**, 783-799, DOI:10.3138/utq.79.2.783.
- Malterud, K. eta Ulriksen, K. (2010): «Norwegians fear fatness more than anything else: A qualitative study of normative newspaper messages on obesity and health», *Patient Education and Counselling*, **81(1)**, 47-52, DOI:10.1016/j.pec.2009.10.022.
- Moscovici, S. (1984): «The phenomenon of social representations», in R.M. Farr eta S. Moscovici (ed), *Social representations*, Cambridge University Press, Cambridge, 3-71.
- Moscovici, S. eta Duveen, G. (2000): *Social representations: Explorations in social psychology*, NYU Press, New York.
- Ozier, A.D. *et al.* (2008): «Overweight and obesity are associated with emotion- and stress-related eating as measured by the eating and appraisal due to emotions and stress questionnaire», *Journal of the American Dietetic Association*, **108(1)**, 49-56, DOI:10.1016/j.jada.2007.10.011.
- Pereira de Sá, C.P. (1996): *Núcleo central das representações sociais*. Vozes, Petrópolis, Brasil.
- Peterson, C. eta Seligman, M.E.P. (1981): «Helplessness and attributional style in depression: Parts I and II», *Tidsskrift for Norsk Psykiologforening*, **18**, 3-59.
- Puhl, R.M. eta Brownell, K.D. (2001): «Bias, discrimination, and obesity», *Obesity Research Journal*, **9**, 788-905, DOI:10.1038/oby.2001.108.
- Pyle, S. *et al.* (2006): «Fighting an epidemic: The role of schools in reducing childhood obesity», *Psychology in the schools*, **43(3)**, 361-376, DOI: 10.1002/pits.20146.
- Reinert, M. (1983): «Une méthode de classification descendante hiérarchique: application à l'analyse lexicale par contexte [A method of descending hierarchical classification: application to the lexical analysis context]», *Les cahiers de l'analyse des données*, **8(2)**, 187-198.
- Reinert, M. (1990): «Alceste, une méthode d'analyse des données textuelles. Application au texte "Aurélia" de Gérard de Nerval [Alceste, a method for analyzing textual data. Applying to the text "Aurelia" of Gérard de Nerval]», *Bulletin de Méthodologie Sociologique*, **26(1)**, 25-54, DOI:10.1177/075910639002600103.
- Reinert, M. (1996): *Alceste (Version 3.0)*, Images, Toulouse, Frantzia.

- Sheslow, D.V., eta Hassink, S.G. (1997): «Obesity», in G.G. Bear, K.M. Minke eta A. Thomas (ed.), *Children's needs II*, National Association of School Psychologists, Bethesda, MD, 897-907.
- Smith, B. eta Bauman, A. (2004): «Physical environments», in J. Kerr, R. Weitkunat eta M. Moretti (ed.), *ABC of Behavior Change: A Guide to Successful Disease Prevention and Health Promotion*, Elsevier, Edinburgo, Eskoia, 139-152.
- Smith, N. eta Joffe, H. (2012): «How the public engages with global warming: A social representations approach», *Public Understanding of Science*, **0(0)**, 1-17, DOI:10.1177/0963662512440913.
- Stenzel, L.; Saha, L. eta Guareschi, P. (2006): «To be fat or thin? Social representations of the body among adolescent female students in Brazil», *International Education Journal*, **7(5)**, 611-631.
- Trautmann, J.; Lokken-Worthy, S. eta Lokken, K.L. (2007): «Body dissatisfaction, bulimic symptoms, and clothing practices among college women», *Journal of Psychology*, **141(5)**, 485-498.
- Van Landeghem, K. (2003): *Preventing obesity in youth through school-based efforts*, Issue Brief: NGA Center for Best Practices, Health Policy Studies Division, Washington, DC.
- Vartanian, L.R. (2010a): «“Obese people” vs “fat people”: Impact of group label on weight bias», *Eating and Weight Disorders*, **15**, 195-198.
- Vartanian, L.R. (2010b): «Disgust and perceived control in attitudes towards obese people», *International Journal of Obesity*, **34**, 1.302-1.307.
- Vartanian, L.R. eta Silverstein, K.M. (2013): «Obesity as a status cue: perceived social status and the stereotypes of obese individuals», *Journal of Applied Social Psychology*, **43**, 319-328, DOI:10.1111/jasp.12052.
- Vartanian, L.R; Trewartha, T. eta Vanman, E.J. (2016): «Disgust predicts prejudice and discrimination toward individuals with obesity», *Journal of Applied Social Psychology*, **46**, 369-375, DOI:10.1111/jasp.12370.
- Vizeu, B. eta Bousfield, A.B. (2009): «Social representation, risk behaviours and AIDS», *The Spanish Journal of Psychology*, **12(2)**, 565-575.
- Wagner, W. (1997): *Word Association in Questionnaires. A practical guide to design and analysis (Papers in Social Research Methods:Qualitative Series)*, University of Linz, Linz, Austria.
- Williams, P.G., Holmbeck, G.N. eta Greenley, R.N. (2002): «Adolescent health psychology», *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **70**, 828-842.
- Windram-Geddes, M. (2013): «Fearing fatness and feeling fat: Encountering affective spaces of physical activity», *Emotion, Space and Society*, **9**, 42-49, DOI:10.1016/j.emospa.2013.06.006.
- Wolf, M.C., Cohen, K.R. eta Rosenfeld, J.G. (1985): «School-based interventions for obesity: Current approaches and future prospects», *Psychology in the Schools*, **22**, 187-200.

